

## Endlich selbstbewusst und stark!

### Selbstbehauptungskurs für Buben der 3. bis 5. Klasse

- Du willst ernst genommen werden?
- Du willst offen deine Meinung sagen können?
- Du willst nach der Schule ohne Angst nach Hause gehen?
- Du willst dich behaupten, ohne dich schlagen zu müssen?
- Du willst dich wehren können, wenn es mal bedrohlich wird?

Dann ist dieser Selbstbehauptungskurs genau das Richtige für Dich! In einer Gruppe von max. 16 Jungs lernst du, wie du dich gegenüber Gleichaltrigen und Erwachsenen behaupten kannst. Du lernst deine Grenzen besser wahrzunehmen, auszudrücken und zu verteidigen. Du lernst fair zu kämpfen und selbstbewusst aufzutreten. Und bei allem Ernst macht es auch ganz viel Spass!

**Kurs:** Mittwoch, 09. März 2011, 13.30-17.00 Uhr  
und Samstag, 19. März 2011, 09.00-13.00 Uhr

**Information Eltern:** In diesem Jahr wird auf einen Infoabend verzichtet. Dafür zeigen die Jungs am 2. Kurstag am Samstag um 12.30h eine kurze **Präsentation** des Gelernten.

**Kursleitung:** Urban Brühwiler, Soziokultureller Animator und Gewaltberater  
Alexander Michel, Soziokultureller Animator und Gewaltberater

**Kursort:** grosse Turnhalle des Schulhauses Dorf in Meilen, Schulhausstrasse 23

**Kosten:** Fr 150.– je Teilnehmer, Fr 250.- für Brüderpaare

**Anmeldung an:** U. Brühwiler, Trümmelenweg 17, 8630 Rüti. [bruehwiler@respect-selbstbehauptung.ch](mailto:bruehwiler@respect-selbstbehauptung.ch)

---

**ANMELDUNG für den Selbstbehauptungskurs**

vom 09.03. + 19.03. 2011

Name und Vorname \_\_\_\_\_  
Strasse / Ort \_\_\_\_\_  
Telefonnummer \_\_\_\_\_  
Geburtsdatum / Klasse \_\_\_\_\_  
E-Mail-Adresse \_\_\_\_\_  
Unterschrift der Eltern \_\_\_\_\_

Mir geht das Datum nicht, ich bin aber interessiert an weiteren Kursen.

Die Anmeldung ist verbindlich. Bei zu kurzfristiger Absage oder Nichterscheinen wird das Kursgeld verrechnet.